



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP
THROUGH HEALTH CARING



MODÜL 5

AKILLI SPOR ŞEHİRLERİ



BÖLÜM 6

Fiziksel aktivite, açık alanlar ve sosyal ilişkiler

Sadece akıllı şehirler değil

Sağlığı ve refahı teşvik etmek yalnızca büyük şehirleri değil, mahalle düzeyinde veya daha küçük kasabalarda da teşvik edilebilir ve geliştirilebilir.

Spor kulüplerinin çeşitli düzeylerde teşvik ettiği rekabetçi faaliyetlerin yanı sıra, ailelerin, yaşlıların ve engellilerin evlerimizin yakınında bulunan kaynaklardan yararlanmaları için fırsatlar bulunmaktadır.

Şehirde fiziksel aktiviteyi teşvik etme olasılığı sadece şehir planlamasına değil, aynı zamanda mekanın tadını çıkarmak için fırsatlar yaratma kararlılığına da bağlıdır.

Bu etkileşime katkıda bulunabilecek iki faktör şunlardır:

- kentsel yapının özellikleri
- sosyal ilişkiler

Listenin yenilikçi yerel girişimlerle zenginleştirilmesini dileyerek birkaç örnekten bahsedeceğiz.

Pratik Örnekler

Yürüyen otobüs - TA yürüyen otobüs (timsah, yürüyen okul otobüsü), tipik olarak iki yetişkin tarafından izlenen (bir "sürücü" lider ve bir "kondüktör" onu takip eder), belirli bir rota boyunca okula yürüyerek giden, okul çocukları için bir öğrenci taşıma şeklidir. okul otobüsü güzergahıyla bazı benzerliklerle. Gerçek bir otobüs gibi, yürüyen otobüslerin çocukları alıp "bıraktıkları" belirlenmiş "otobüs durakları" ve "alma saatleri" olan sabit bir rotası vardır. (Kaynak: Wikipedia). Yürüyen otobüs, çocukları okula yürümeye, sokakları tanımaya ve akranlarıyla sosyalleşmeye alıştıırır.

Yaşam parkurları - "Yaşam parkurları" açık hava eğitim alanlarıdır.

Farklı uzunlukları, zorluk seviyeleri ve egzersiz sayıları var, ancak hepsi birkaç spor aletinin bile - çoğu ahşaptan yapılmış - gücü, dayanıklılığı, çevikliği ve hareketliliği esnetmek ve geliştirmek için yeterli olduğu inancını paylaşıyorlar. İlk Life Trail, 1968 yılında İsviçre'de, Zürihli bir spor grubunun farklı eğitim istasyonlarını inşa etmek için ağaç gövdeleri ve dalları kullanarak ormanda bir eğitim kursu oluşturması ve sürdürmesine yardımcı olacak bir sponsor arayan Vita sigorta şirketine başvurmasıyla oluşturuldu. . Vita kabul etti ve Vita'nın sahibi olduğu sigorta şirketi Zurich bugün hala Swiss Life Trails'ten sorumlu. Yaşam parkurlarına erişim ücretsizdir.

Gate projesi- Avrupa projesi GATE - Herkes için Erişilebilir Turizm Sağlama - artan sayıda insanın doğaya dalmasını sağlayarak, çevresel, fiziksel ve dilsel engelleri aşarak turizmi giderek daha kapsayıcı hale getirmeyi amaçlayarak 2018 yılında başlatıldı. GATE, kısmen Unesco Dünya Mirası olarak ilan edilen muazzam bir doğal, peyzaj, jeolojik değere sahip bir alanı kapsayan, Alp ve Alpler öncesi topraklarda geliştirilmiştir.

Yürüyen Otobüs



Yaşam Parkurları



Gate Projesi



Rossi Santorso Parkı (VI)

- entegre ve çok duyuşal bir iletişim sistemi ile donatılmış bahçe.
- yer hakkında bilgi veren sesli ve görsel dokunsal harita,
- Doğayı, tarihi ve tarihi bahçenin sırlarını anlatan 19 sesli video öyküsü içeren multimedya sesli rehber.
- İtalyanca, İngilizce ve işaret dilinde mevcut içerikler
- etkileşimli bir gerçeklik oyununun işlenmesi

Spor ve Sosyal ilişkiler

Spor faaliyeti her zaman sosyal etkileşim, takım ruhu ve temel sosyal ilişkiler yaratan bir çevre ile eşanlı olmuştur.

Örneğin dans, yaşam boyunca gerçekleştirilebilen ve genellikle küçük topluluklarda sosyalleşmenin ana biçimi olan bir fiziksel egzersiz biçimi olarak, yaşlı nesiller için her zaman önemli bir rol oynamıştır.

Bu nedenle, fiziksel aktiviteyi sosyal bir amaç ile birleştirmek için birçok fırsat vardır. Buna bir örnek, eğitimleri sırasında gazete ve ilaç dağıtmak için yalnız yaşlı insanların evlerinin yakınında egzersiz kursları kullanmayı seçen bir grup İngiliz gönüllüsüdür.

Son yıllarda spor, sosyal konulara duyarlılığı daha da geliştirmiştir. Sporcular, spor kulüpleri ve sıradan sporcular ve kadınlar, sosyal sebepleri fiziksel aktivite ile birleştirerek bir sosyal problemin çözümüne aktif bir katkı sağladılar.

Hayır Kurumu Koşuları

Son yıllarda, bir spor yarışmasının sosyal bir amaç için para toplamak için kullanıldığı olayların yayıldığını deneyimledik.

Örneğin, Avon, meme kanseriyle mücadele için yapılan kayıtlar sayesinde para toplamak amacıyla hem yeni başlayanları hem de sporcuları içeren kadınlara yönelik bir etkinlik olan Avon Running'i 20 yıldır tanıtıyor. Yarış, 5 veya 10 km'lik iki parkurda gerçekleşir ve binlerce katılımcının ilgisini çeker. Bu girişimler aynı zamanda bisikletten 3'e 3 basketbol turnuvalarına kadar başka disiplinleri de içerir.

Örneğin, şarkıcılardan oluşan milli takımların katılımı veya tekli sporcuların sosyal nedenleri destekleyen etkinliklere bono katılımı da belirtilmeye değer.

Tüm bu bağlamlarda spor, güçlü bir iletişim, sosyal içerme ve katılım aracı haline gelir. Daha fazla gelişme ve yeni girişimlerin yaratılması için alan bırakan bir fırsattır.

Güzel bir hikaye

Bu, küresel koronavirüs trajedisinin en sıra dışı ve dokunaklı hikayelerinden biridir. 99 yaşındaki bir İngiliz savaş gazisi, salgın acil durumda İngiliz sağlık kuruluşuna bağış yapmak için sadece birkaç gün içinde iki milyon sterlin toplamayı başardı. Ama hepsi nasıl oldu?

İngiliz köyü Marston Moreteyne'de (Londra'nın yaklaşık 60 km kuzeyinde) yaşayan eski kaptan Tom Moore, 30 Nisan'da 100 yaşında olacak. Yakın zamanda kalçasını kırdı ve Britanya Ulusal Sağlık Servisi (NHS) tarafından tedavi edildi. Bugün bir yürüteç sayesinde hareket edebiliyor.

Yaşlı 'Yüzbaşı Moore' onu ayağa kaldıran doktorlara o kadar minnettar ki, koronavirüsle mücadeleye kendi küçük katkısını vermeye karar verdi. Bu nedenle, ailesinin yardımıyla, 100. doğum günü olan 30 Nisan'a kadar bahçesinde 100 kez (25 metre) yürüyeceğine söz vererek, sağlıkçılara olan borcunu geri ödemek için çevrimiçi bir bağış toplama kampanyası başlattı.

Bununla birlikte, cesareti ve cömertliği çevrimiçi olarak pek çok İngiliz'i (neredeyse 100.000) kazandı ve bağışlar birkaç gün içinde 2 milyon sterlinlik inanılmaz rakama ulaştı.

Yürümek herkesin sağlığı için iyidir



Fon toplamda 33 milyon liralık olağanüstü rakama ulağtı



17 Temmuz 2020'de Kraliçe II. Elizabeth, Tom Moore'u şövalye yaptı



Alıştırma 6

Bildiğiniz sosyal nedenleri destekleyen spor deneyimleri arasında size en çok hangisi dokundu ve neden?

Bölgenizde okul refakatine yönelik yürüme otobüsü faaliyeti var mı?

Bölgenizde yaşam projelerine ev sahipliği yapabilecek alanlar var mı?Varsa hangilerini açıklayın

Bu fikirlerden birini kendi bölgenizde uygulamak ister misiniz?
Sosyal bir amacı destekleyen bir spor girişimi önerin

Anahtar Kelimeler

Çevre Planlama

Sosyal İlişkiler

Hayır Kurumu Koşusu

Yaşam Parkurları

Yürüyen Otobüs

Gate projesi

Dans etmek

Avon Koşusu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP
THROUGH HEALTH CARING

